Video pos parto - Dicas:

Olá, meu nome é Dr. Sarah Bjorkman e eu tive um bebê há uma semana, então eu só queria aproveitar a oportunidade para compartilhar com vocês minhas dicas de sobrevivência pós-parto para aquela primeira semana em casa com seu novo bebê. Se esta é sua primeira vez em nosso canal, eu sou Sarah, uma ginecologista obstetra certificada pelo conselho. Este é o segundo filho, sou casada com um pediatra e somos os médicos da família Yorkman.

A primeira semana, o primeiro mês, é uma bagunça. Você está sangrando, vazando, tendo suores noturnos, o bebê faz xixi e cospe em você. Meu sutiã de amamentação estava literalmente duro de leite vazando, então não é uma semana glamourosa e você não está mais no hospital, agora está em casa e deve se ajustar a sua nova vida, mas é uma bagunça e exaustivo, e você ainda está fisicamente muito cansada, então você pode fazer isso, é normal e difícil e espero que algumas dessas dicas ajudem você a superar tudo isso.

Tive esse lindo bebê há uma semana e estamos em casa nos adaptando à vida como uma família de quatro. Estas são as minhas essenciais de pós-parto para passar pela primeira semana e esperançosamente sobreviver e prosperar nessa jornada pós-parto, que é um pouco diferente para mim desta vez, já que é minha segunda gravidez. Este é o bebê Bo Cecilia, nossa filha mais velha tem quase dois anos, então temos que navegar cuidando dela enquanto também cuido de mim e do bebê. Então, vou falar sobre isso um pouco. Na primeira semana, é realmente difícil, como você pode ver o bebê ainda precisa de muito contato e estamos tentando descobrir o dia e a noite.
Eu amo carregar o bebê, tem sido especialmente essencial desta vez com o toddler que está tomando banho com o papai agora. Sou uma grande fã de um envoltório elástico no início, como o Moby Sally faz, existem muitas marcas diferentes. Mas eu posso fazer um vídeo sobre como amarrar o envoltório, e então você fica com as mãos livres e o bebê fica seguro e aconchegado ao seu lado. Outras notas sobre a primeira semana de

recuperação: é muito sobre a recuperação para a mãe ou pessoa que deu à luz e descobrir sua nova rotina. O pós-parto é realmente difícil e não foi uma surpresa para mim desta vez. Foi uma grande surpresa para mim na minha primeira jornada pós-parto e você pode conferir aquele Vlog de pós-parto, mas é realmente difícil, especialmente se você não sabe o que esperar. Meu objetivo com isso é que você tenha uma ideia do que esperar e tenha algumas dicas profissionais e coisas para ajudar a passar por isso. Agora, cuidados com a parte inferior do corpo. Se você teve um parto vaginal, muitas mulheres têm algum tipo de rasgo e alguns pontos, então você ficará realmente dolorida. Um ser humano acabou de sair da sua vagina e é muito, muito doloroso. É difícil sentar, é difícil ficar em pé, é realmente muito doloroso na maior parte do tempo. Então, o controle da dor é muito importante, Tylenol e ibuprofeno são o que geralmente recomendamos a cada seis horas, ficar em cima disso. Como eu mencionei antes, eu amo pelo menos alguns banhos nos primeiros dias em casa. Eu amo um bom "padsicle", onde você racha um pouco de água e coloca na calcinha. Eles ficam bem gelados e você pode sentar neles com suas fabulosas calcinhas de malha e eles são realmente muito reconfortantes nos primeiros dias. Outras coisas para a parte inferior do corpo: é uma ótima ideia fazer alguns banhos de assento, sentar em uma banheira de água morna por 10 ou 15 minutos, deixar a água fluir e encharcar a vagina.
Você sabe que há diferentes tipos de banhos fixos, este é sem perfume e contém sal do Mar Morto, é algo que comprei na Amazon, é como sais de Epsom para sabonete. Você pode fazer isso algumas vezes por dia e é muito relaxante. Além disso, promove o fluxo sanguíneo e a cicatrização de feridas e mantém as coisas limpas, então banhos de imersão são maravilhosos. No entanto, se você teve uma cesariana, não deve mergulhar a incisão em água por 10 minutos. Nesse caso, você deve tomar banho de chuveiro e deixar a água correr sobre a incisão, usar sabão e enxaguar suavemente sobre a incisão, ok? Oi, Bowie. Quanto a outras coisas, estou usando principalmente camisolas de amamentação, como uma camisola de amamentação, porque quando estiver amamentando, sua barriga ainda estará coberta, sua barriga roliça que parece gelatina ou flácida logo após ter o bebê. Então, adoro uma camisola de amamentação para esses primeiros dias e, em seguida, literalmente tenho algo que fecha com zíper por cima dela. Gosto de ter bolsos, tenho um North Face, uso alguma variação desse North Face todos os dias, alterno entre este e um roxo, então é isso. Olá, agora você está com sua chupeta. Este é o meu momento para fazer isso, porque ele está dormindo e a irmã mais velha está no banho,

Então, vamos ver. Oi, você está ficando quente, né? Você está ficando quente. Sim, eu também. Oi, estamos bem. Só precisamos dar mais algumas dicas. Acho que estamos quase terminando. Então, outras coisas para a sua região perineal, confira nosso vídeo que eu fiz falando sobre cuidados perineais pós-parto, se você teve pontos ou rasgo, falamos sobre tudo com mais detalhes e como usar uma almofada de hamamélis, algo que eu acho essencial, mas que você talvez não pense nos primeiros dias, é ter suas garrafas de hamamélis em múltiplos banheiros. Porque quando você for a um banheiro diferente e não tiver sua garrafa de hamamélis, é irritante. Então eu tenho elas espalhadas pela casa, tenho uma na bolsa de fraldas, tenho uma no carro, apenas porque é realmente bom poder borrifar quando você estiver usando o

banheiro para manter as coisas limpas e lembre-se de secar dando batidinhas. A outra coisa que eu achei que foi legal foi quando você está procurando por absorventes gigantes, procure por um absorvente de algodão em vez de algumas das diferentes marcas que são feitas de outras coisas. Absorventes de algodão são muito melhores para a sua região perineal, eles são menos irritantes e sem perfume, então é isso que você está procurando. Às vezes, aqueles outros materiais podem ser muito irritantes e coceira, e isso não é algo com que você queira lidar além de tudo o mais. Além disso, para tocar nisso, se você teve uma cesariana, você teve uma cirurgia abdominal importante. Seu ginecologista não vai querer que você faça nenhuma atividade pesada, levante nada mais pesado do que 10 libras ou o peso do seu bebê ou de uma caixa de leite. Andar está ok, você pode subir escadas novamente, pode tomar um banho. O controle da dor será realmente importante. Eles provavelmente terão te mandado para casa com algum controle de dor narcótico, então lembre-se, se você está tomando algum tipo de narcótico, como oxycodone, Percocet, Vicodin, isso pode causar muita constipação. Então, certifique-se de estar tomando algum tipo de amolecedor de fezes. Miralax é meu favorito porque é suave, você pode dissolvê-lo em qualquer líquido que quiser, é um "mush" e não um "push", então não vai te dar cólicas ou algo assim. Outras dicas de recuperação da cesariana, muitas mulheres ou pessoas que tiveram cesarianas realmente gostam de uma cinta abdominal. Isso ajuda a apoiar você quando você vai ficar em pé, você tem algum suporte lá. Também segurando um travesseiro quando você vai ficar em pé ou se você for tossir, apenas para apoiar o seu núcleo.

Eu até tenho um binder para mim. Eu tive um parto vaginal, mas meu core está tão fraco, então eu vou usar um binder por algumas horas por dia, apenas para ajudar com algum suporte para o core. Em termos de exercício físico, ainda não estou fazendo nada intenso, mas estou fazendo algumas conexões suaves com o core e respiração do assoalho pélvico, que posso falar no futuro. São coisas realmente suaves, como respirações profundas diafragmáticas e depois exalar, envolvendo o core e o assoalho pélvico. Isso é tudo o que estou fazendo durante a primeira semana. Eu também vou sair para caminhar com o bebê, se estiver

quente o suficiente, vou embrulhá-lo e ir. Mas, em termos de recuperação do assoalho pélvico, eu estou indo devagar por um tempo. Você é liberada para atividades normais seis semanas após o parto, mas há novos dados sobre a recuperação do assoalho pélvico em atividades aeróbicas extenuantes, como corrida, e é importante ser intencional sobre isso. Eu sou mais do tipo de treinar para correr, não correr para treinar no período pós-parto. Outras coisas são muito difíceis, como o sono, já que o bebê está mamando a cada 45 minutos a duas ou três horas agora. Se você tem ajuda, deixe alguém segurar o bebê para que você possa tirar uma soneca, porque descansar é muito importante na primeira semana. Deixe as pessoas cuidarem de você o máximo possível, porque você é uma guerreira que acabou de passar por algo incrivelmente exigente fisicamente, independentemente se teve uma cesariana ou um parto vaginal. Beba muita água e tente planejar algumas refeições com antecedência, e deixe sua comunidade ajudar.

Cuidados com os mamilos

Desejo amor para você neste momento, se possível,
para ajudar a apoiá-lo, porque é muito difícil.
Já disse isso antes, sou muito cuidadosa
com os mamilos se você está tentando
amamentar nos primeiros dias, o bebê está
mamando em intervalos curtos, trabalhando na construção
do suprimento de leite e está constantemente na mama
e, portanto, você quer garantir que esteja
cuidando dos seus mamilos porque eles ficam muito doloridos
e podem ser danificados se houver uma má pega ou outros problemas.

Manteiga de mamilo, lanolina e pequenas compressas de gelo são excelentes.

Eu gosto dos silverettes, que são pequenas conchas de enfermagem de prata.

Elas podem ser usadas a qualquer momento, exceto durante a amamentação, para ajudar na cicatrização úmida da ferida. Eu adoro isso, guardo esses produtos na minha caixa de joias entre as gestações. Eles são caros, mas valem a pena.

Outras coisas que eu notei nesta semana são as dificuldades na amamentação.
Uma surpresa para mim na minha primeira gravidez foi que a amamentação é muito difícil para algumas pessoas.
Se está indo bem para você, parabéns, mas se não, bem-vindo ao clube. A maioria das pessoas tem dificuldades em algum nível. Todos têm lutas diferentes com a amamentação, mas a maioria tem dificuldades.
Minha sugestão é procurar ajuda de uma consultora de amamentação o mais rápido possível, preferencialmente no hospital, ou entrar em contato com seu pediatra, que pode ter um consultor em seu escritório, se a amamentação for muito dolorosa, é um sinal vermelho para procurar ajuda.
A amamentação não é exatamente confortável enquanto você está aprendendo e se ajustando, mas nunca deve ser extremamente dolorosa. Eu já estive nessa situação, meu filho precisava liberar a língua e o lábio preso para poder amamentar adequadamente.
Quanto ao suprimento de leite materno, ele tende a funcionar como na história da "Cachinhos Dourados" - no início, você não tem leite suficiente enquanto aguarda o suprimento chegar, depois tem leite em excesso e seus seios ficam inchados, mas eventualmente tudo se equilibra e o suprimento é estabelecido em torno de seis semanas, o que é o ideal.
No início, continue colocando o bebê na mama e o suprimento de leite vai chegar, geralmente entre dois e cinco dias pós-parto.
Quando você chegar à fase de excesso de leite, eu recomendo usar uma bomba Haka para coletar o excesso de leite quando ele vazar. Para usar a bomba Haka, basta dobrá-la para trás, colocá-la na mama, dar uma leve pressionada e ela se fixará no mamilo. Não use muita sucção, pois pode causar excesso de leite e dizer ao cérebro que precisa produzir mais leite. Use a bomba Haka apenas para coletar o excesso de leite quando vazar e você se sentir molhada
porque você está vazando leite
e é ótimo para isso
você pode colocá-lo novamente na sucção
isto é apenas como uma bomba de mama manual
mas você tem que ter muito cuidado porque novamente

você não quer criar um excesso de oferta, então eu
o uso apenas para pegar os vazamentos no início
isso é meio que coisa de mama que você talvez possa pular se estiver dando mamadeira
e então se seu leite descer e você decidiu dar mamadeira e não amamentar
totalmente bem, as recomendações para isso são novamente usar sutiãs de compressão apertados
não estimule seus mamilos e
mantenha-se com Motrin Tylenol para ajudar
com a inflamação e a outra dor
que está acontecendo, mas seus seios podem ser
muito doloridos
veja
um outro rápido notas sobre
amamentação
se você está bombeando
quem será um bombeador exclusivo
este é um ótimo momento para usar sua
bomba de base
Eu tenho um Spectra se você quiser aprender
como usá-lo tenho um vídeo sobre
usando o Spectra é uma ótima bomba de base
muitas vezes coberta pelo seguro
um bom momento para você usar uma bomba de base
que vai esvaziar bem seus seios portáteis
são ótimos quando você volta a
trabalhar
The Willow The LV o mom cozy seja lá qual for
os diferentes portáteis são ótimos, mas muitas vezes não esvaziam
tão bem quanto esta bomba de base e então você não quer
Ansiedade pós-parto
deixar leite no seio cedo porque então de novo está dizendo ao seu cérebro hey eu não preciso disso com a
amamentação é uma questão de oferta e demanda
e assim você não quer deixar nenhum
leite lá
outras coisas

a ansiedade pós-parto é algo realmente
importante para se pensar, depressão pós-parto
há, você sabe, o baby blues onde
há muitos hormônios e
emoções e sentimentos nas primeiras
duas semanas, mas
há essa linha entre
isto é um pouco de ansiedade pós-parto normal e isto é
depressão pós-parto, a ansiedade está
afetando sua vida e sua capacidade de
desfrutar seu bebê e cuidar
de si mesmo e então se você tiver alguma preocupação Isso não é
normal se você não está curtindo seu bebê, se você se sente
sobrecarregado, se não consegue comer, se sente que está
perdendo o controle. Por favor, entre em contato com o seu
obstetra ou pediatra para cuidar da sua saúde mental. Entre em
contato com alguém da sua rede de apoio. Queremos ajudar a
cuidar de você, a saúde mental é muito importante e muitas vezes
é negligenciada.
Oi, eu sei que também estou passando calor aqui. Estamos quase
terminando. Precisamos contar todas as coisas boas, que eu não
sabia na primeira vez e achei muito difícil. Meus bebês não foram
particularmente fáceis, mas eu amo minha filha e sou obcecada por
ela, mesmo ela sendo um bebê desafiador. Talvez você esteja
passando por isso, saiba que pode pedir ajuda o máximo que
precisar.

Em relação à gestão dos dois filhos, eu falei sobre o quanto é útil
carregar o bebê. Tenha um berço, balanço, MamaRoo ou qualquer
outro lugar seguro onde você possa colocar o bebê se precisar
fazer algo com a criança mais velha. Crie um espaço seguro para
seu filho mais velho, como uma sala de brinquedos cercada ou
uma área com portão de bebê para que ele possa ficar lá e não se
machucar. Se você estiver perdendo a cabeça e precisar de um
minuto, há um espaço seguro para seu filho mais velho e para o
bebê, onde eles podem chorar por cinco ou dez minutos, e tudo vai
ficar bem. Se você precisar de um minuto, não hesite em se
recompor, respire fundo e coloque os bebês em um espaço seguro

por um momento. É muito importante cuidar da sua saúde mental, espero que você tenha ajuda nesta primeira semana, enquanto se adapta a sua nova rotina.

Se você estiver bombeando, minha bombinha favorita é esta, que segura bem os funis. Tenho muitos vídeos sobre amamentação e bomba de leite, certifique-se de conferir. Vamos fazer outro vídeo para a nossa série de recém-nascidos sobre o primeiro banho do bebê, primeira visita ao pediatra e outras dicas para a primeira semana. Fique ligado nesse vídeo. Espero que isso seja útil e que você esteja se mantendo firme. Você consegue e se precisar de ajuda, peça. Somos médicos, mas não seus médicos. Tudo o que dissemos neste vídeo é para fins educacionais ou de entretenimento apenas, não é aconselhamento médico. Qualquer pergunta médica específica deve ser direcionada ao seu médico.

Video: babys first hour

Oi a todos nós somos os médicos bjorkman um casal de médicos que depois de anos dando

O conselho médico está finalmente vivendo isso por nós mesmos à medida que experimentamos a gravidez para o

Primeira vez e esta semana vamos mergulhar no que queremos que vocês saibam sobre o primeiro

Alguns dias da vida do bebê no hospital meio que passando por todos esses detalhes especiais

E coisas em que o pediatra vai pensar ao cuidar de um bebê novinho em folha

E todas as pequenas coisas especiais de triagem que eles fazem para garantir que o bebê esteja seguro e saudável

Mas caso esta seja a primeira vez que você nos encontra, eu sou Sarah e sou um ginecologista

Eu sou kurt e eu sou pediatra e nós somos os médicos bjorkman

Bem-vindos de volta a todos, como mencionamos na introdução, somos ambos médicos que cuidamos de mulheres grávidas

Mamães, novas mães e bebês há anos e finalmente estamos começando a colocar essa prática médica

Na experiência da vida real enquanto estamos passando pela gravidez pela primeira vez

E agora que estou no terceiro trimestre, definitivamente tenho uma apreciação nova e diferente

Para todas as coisas de gravidez e estou começando a perguntar essas coisas como o que eu realmente preciso ter

Na minha bolsa do hospital, você sabe o que acontece no hospital para o bebê logo depois que ela está

Nascido sim e então com isso esta semana vamos mergulhar em uma dessas perguntas enquanto cobrimos

Todos os detalhes sobre as primeiras 24 a 48 horas do bebê no hospital, tipo o que as coisas fazemO pediatra pensa sobre o que eles fazem, quais exames especiais estão em vigor para fazer

Certeza de que o bebê tem um começo de vida saudável e que eles pegam qualquer tipo potencial de

Problemas médicos que mudam a vida que precisariam de cuidados extras durante os primeiros dias de

Vida e, por favor, certifique-se de ficar até o final deste vídeo onde falamos sobre

Algumas questões neste atendimento médico preventivo sobre as quais houve alguma discussão e controvérsia

Lá fora na esfera do Google sobre coisas como vacinas contra hepatite b para bebês recém-nascidos vitamina

K shots um e eu pomada antibiótica para os olhos para novos bebês e vamos compartilhar tipo

De algumas das evidências sobre essas coisas e também nossos próprios pensamentos e decisões para

Nosso bebê que espero que se junte a nós nos próximos meses

Tendo dado à luz centenas e centenas de bebês, esses primeiros momentos são tão incrivelmente especiais, mas

Eles também são um momento muito importante para garantir que essa transição do útero para o mundo vá

Sem problemas e, portanto, há um sistema de pontuação especial que foi desenvolvido chamado de pontuação apgar que

Ajuda os prestadores de serviços e pediatras a fazer rapidamente uma avaliação de quão bem o bebê está indo

Com essa transição inicial e assim como o ob e tipo do primeiro a ver seu bebê

Naquele momento em que estou vendo seu bebê, estou avaliando as coisas instantaneamente, como tom, cor respiratória

Esforço vigor para decidir se está tudo bem continuar passando aquele bebê direto para o peito da mãe por

Ligação imediata pele a pele ou se esse pequeno precisar de alguma ajuda extra e deve ser passado

Para os pediatras que estão esperando para pedir ajuda extra lá no aquecedor

Sim, e muitas vezes nos perguntam quantas vezes Sarah deu à luz um bebê

Então eu tenho que cuidar imediatamente na sala de parto, infelizmente, já que nós dois meio que

Sub-especializados um pouco, nos afastamos disso, mas houve casos em que

Eu consegui cuidar daquele bebê imediatamente que precisava de um pouco de ajuda extra no casoE isso é algo para o qual a equipe de pediatria está preparada, sim, então, caso você esteja se perguntando

O que entra nesta pontuação de apgar, há pontos dados de zero a dois pontos

Para cinco categorias diferentes, somando uma pontuação máxima total de 10. e essas categorias são o que é

Aparência do bebê por qual é a cor deles qual é o pulso ou a frequência cardíaca do bebê uh o g é para careta

Que é o tipo de reatividade do bebê às intervenções e estímulos da equipe médica

A é para atividade, que é como é o tom e o movimento do bebê e, em seguida, r é para esforço respiratório

Medindo quanto trabalho o bebê está fazendo para respirar, essas pontuações são feitas classicamente em um minuto

Da vida depois de cinco minutos e às vezes depois de 10 se essas primeiras pontuações forem baixas

E então julgar por isso qualquer coisa sete ou acima está dentro do normal se o número for menor que sete

É uma boa dica para a equipe médica que talvez o bebê precise de um pouco de ajuda extra, talvez o bebê deva

Vá ao aquecedor para coisas como uma boa massagem e um pouco de secagem e estimulação, talvez eles precisem de um

Pouca ajuda extra com o esforço respiratório deles, pois eles estão fazendo essa transição do útero

Para o mundo e ter esses novos pulmões de bebê abertos e prontos para funcionar por conta própria

Não importa o que tudo o que a equipe de pediatria deve precisar para fornecer esses básicos

Cuidados de apoio para o bebê nesses primeiros minutos de vida devem estar na sala de parto para elesE eles estão todos bem equipados e sabem exatamente o que fazer nesses momentos, caso o bebê precise de algum

Pequenos pedaços extras de ajuda, uma pergunta que recebo das mães sobre o parto e o bebê é sobre

Algo chamado aperto de cabo atrasado sim e então o que o aperto de cabo atrasado significa que

Em vez de apertar imediatamente o cordão umbilical para separar a mãe do bebê um adicional

30 a 60 segundos são dados para permitir que sangue extra flua da placenta para o bebê e assim isso

Pode parecer uma coisa pequena, mas na verdade foi uma mudança muito grande para muitas práticas em 2017

Quando a faculdade americana de obstetrícia e ginecologia começou a recomendar essa prática

E isso foi apoiado pela academia americana de pediatria, então desde então, desde então, muito estudo

Foi feito sobre como isso está impactando os bebês e seus resultados e até agora os resultados têm

Foi muito positivo, sim, isso é totalmente correto, na verdade, apenas em dezembro de 2020, o americano

Faculdade de obstetrícia e ginecologia atualizou sua declaração para compartilhar alguns dos resultados de

O que eles têm descoberto está acontecendo com bebês que estão passando por isso

Processo simples de apenas atrasar o aperto do cabo em 30 a 60 segundos e alguns bonitos

Resultados positivos que vieram disso, então o número um e meio que o mais óbvio é que

Bebês que se submeteram a isso aumentaram os níveis de hemoglobina, o que é uma espécie de medida

De seu volume sanguíneo total e aumento do armazenamento de ferro nos primeiros meses de vida que

Pode ajudar a melhorar o desenvolvimento, além disso, eles têm coisas como melhorar o volume de glóbulos vermelhos

E diminuição da incidência de algumas coisas bastante significativas, como necrotização, entrar na colite, que é

Tipo de diminuição da perfusão do intestino que pode levar a alguns problemas bastante significativos para o bebê

E diminuição da incidência de algo chamado hemorragia intraventricular ou sangramentos cerebraisUm tipo de efeito colateral que é meio que do outro lado é tão bom é tão ruim quanto

Que há um aumento muito pequeno de bebês que precisam de fototerapia para icterícia ou elevação

Níveis de bilirrubina, mas pelo meu entendimento dos dados, não houve um aumento significativo do risco de

Complicações dessa icterícia e, mais importante, não há risco aumentado de pós-parto

Hemorragia ou sangramento intenso após o parto para as mães, sim, então, no geral, uma ótima coisa a fazer para

Bebês a termo e pré-termo sim e para ajudá-los a fazer sua transição do útero para o mundo

Então, antes de entrarmos nas coisas mais médicas e nas coisas do tipo triagem, um para

Os cuidados do bebê nesses dois primeiros dias no hospital, você vai falar um pouco sobre alguns

Das coisas normais de bebê que a equipe de peds vai cuidar, sim, com certeza

É claro que uma grande parte do papel da equipe de pediatria é garantir que

O bebê pode fazer e está fazendo todas as coisas que o bebê precisa fazer para a vida normal, então, além disso

Para essa avaliação inicial da frequência cardíaca e esforço respiratório e tônus nos primeiros

Dia ou dois dias da vida do bebê, vamos ter certeza de que o bebê está se alimentando bem que eles têm

Fizeram pelo menos um xixi nas primeiras 24 horas, eles fizeram pelo menos um cocô nas primeiras 24 horas

E também certificando-se de que o vínculo esteja indo bem entre o bebê e a família

É muito importante saber que você absolutamente não pode mimar seu bebê recém-nascido com muito amor

Ou afeto ou segurar esses primeiros dias são um momento incrível para ser pele a pele sim para

Mães e pais sim e é apenas um momento maravilhoso para se relacionar com seu bebê e trabalhar na alimentação

Então uma coisa realmente importante a mencionar aqui é usar esse tempo que você está no hospital para ser gentil

De aprender a manter sua pepita viva e saudável quando você chegar em casa, sim, então eu não posso

Enfatizar isso o suficiente como ter passado muito tempo em creches de recém-nascidos como as enfermeiras vão

Seja seu melhor recurso para aprender coisas como Deus, como eu me importo com esse novo bebê, que tal

Como amamentar e usar a ajuda deles enquanto estiver disponível e apenas praticar fazendo recém-nascido

Se importa e pergunte como eles acham que você fez sobre isso, sim, e nessa nota, se você está tendo problemas

Com a amamentação ou mesmo se você não estiver, é um ótimo momento para pedir para ver o consultor de lactação

Porque você pode usar esses recursos enquanto eles estão prontamente disponíveis ali mesmo com você no

Hospital, esses primeiros dias são tão importantes para estabelecer um bom suprimento de leite e trabalhar nisso

A trava do bebê e todas essas outras coisas complicadas que vêm com aprender a amamentar, então é

Uma ótima ideia apenas ver os profissionais enquanto você está lá e também é um ótimo momento para os pais

E as mães também para trabalhar na prática da sua técnica de swaddle para embrulhar o bebê

Ou até mesmo obter o selo perfeito em uma fralda para, com sorte, limitar algumas dessas explosões de fraldas que

Com certeza no seu futuro, já que o bebê está pegando o jeito de todas essas partes normais da vida do bebêA equipe de pediatria vai procurar muito de perto por quaisquer outros problemas especiais de saúde

Isso pode precisar de atenção extra e a maneira como eles fazem isso é através de um realmente

Bom exame físico completo e alguns testes especiais de triagem, então o que faz isso

Exame físico tão especial sim, então como pediatra quando eu examino um bebê recém-nascido pela primeira vez

No hospital eu tenho uma lista de cerca de 45 coisas que eu quero olhar toda vez como uma parte da minha cabeça

Para fazer uma avaliação para ter certeza de que não perco nada e, portanto, isso inclui coisas como olhar

Nos olhos olhando nos ouvidos ouvindo os corações e pulmões sentindo todos os pulsos

Verificando para ver como seus quadris se movem e muitas outras coisas e é realmente incrível que por

Olhando como o peso do bebê está tendendo os sinais vitais e este bom exame físico completo

A equipe de pediatria pode resolver muitos problemas que podem precisar de cuidados especiais ou atenção incrível

Então, além daquele exame físico completo que é feito todos os dias, a equipe de pediatria

Também faz alguns outros testes de triagem simples para pegar coisas que podem não ser tão óbvias, mas

Pode ser muito perigoso para o seu pequeno, a primeira dessas coisas é a triagem para congênita

Doença cardíaca e a outra é a triagem do recém-nascido, que está fazendo a triagem para certas condições

Isso pode ser potencialmente perigoso para o seu bebê, sim, e então o teste de triagem para cianótico

Doença cardíaca congênita é muito simples, mas também tem sido incrivelmente eficaz em pegar

Certas condições cardíacas que exigiriam cuidados da equipe de cardiologia pediátrica

E então provavelmente também precisa de reparo cirúrgico na vida do bebê e assim com esse teste

É tão simples quanto colocar uma sonda de oximetria de pulso na mão direita e depois em um dos pés

Medindo a saturação de oxigênio nesses pontos e também a diferença entre os dois

De nota, é muito importante que este teste seja recomendado para ser feito entre

24 horas e 48 horas de vida para que você possa esperar ficar pelo menos além dessa marca de 24 horas

Pós-parto porque você, eles querem fazer esses testes de triagem na hora certa, o outro

A triagem importante que é feita também é feita depois que o bebê tem 24 horas de idade e isso é chamado

A tela do recém-nascido, então para a tela do recém-nascido é um simples exame de sangue, eles cutucam o calcanhar do bebê e

Pegue essa pequena gota de sangue que é então enviada e pode ser testada para mais de 50 saúde diferentes

Condições que podem ter grandes impactos na saúde e desenvolvimento do seu bebê e a coisa com

As condições que eles estão testando é que há coisas que não são apanhadas por aquele recém-nascido

Exame físico sozinho e você não quer perdê-los e, portanto, os resultados para esta tela de recém-nascido

Geralmente leva algumas semanas para voltar e, portanto, isso é algo que seu pediatra terá certeza

Para acompanhar naquela visita de um ou dois meses, com isso, dependendo do estado em que você está

O que eles estão testando pode variar um pouco, há um núcleo clássico de 35 diagnósticos diferentes que

São testes para o tipo nacional nos EUA, mas dependendo de em que estado você está, isso pode ser

Quase até 60 condições diferentes, se você estiver interessado em quais doenças seu estado

Testes especificamente para você pode conferir este link abaixo para babiesfirsttest.org

Então, além de garantir que o bebê possa fazer todas as coisas normais e fazer o preventivo

Triagem, também há alguns cuidados médicos realmente importantes que acontecem no primeiro dia de vida

Para prevenir doenças e deficiências significativas em bebês e, por isso, quero prefaciar esta próxima seção

Dizendo que se você fosse pesquisar no Google coisas como a vacina contra hepatite b para recém-nascidos, injeções de vitamina k

Para recém-nascidos ou eritromicina pomada ocular para recém-nascidos, você vai descobrir que muito

As pessoas têm muitas opiniões diferentes sobre essas coisas e então uma coisa que queremos

Diga com tudo isso e vamos compartilhar um pouco o que nossos pensamentos são para eles também pessoalmente

Para o nosso bebê, mas você sabe que houve muitos estudos em olhar para isso para mostrar que eles fazem

Diminuir drasticamente o risco para o bebê de alguma doença bastante significativa sim, então eu me sinto como

Você mencionou muitas coisas diferentes rapidamente, então podemos quebrar cada uma dessas diferentes

Medidas de cuidados preventivos absolutamente, então a primeira dessas sobre a qual vamos falar

É a vacina contra hepatite b e é provável que a vacina contra hepatite b seja a primeira vacina

Que um bebê recebe e provavelmente a única vacina que um recém-nascido normal receberá até que tenha seu

Dois meses, bem, verifique com o pediatra e assim sabemos que há muitos pensamentos sobre vacinas

E não vamos conseguir entrar em tudo isso hoje, mas queremos dizer que esta vacina

Foi estudado extensivamente como seguro para o bebê e teve um efeito dramático na redução do

Risco de hepatite em recém-nascidos, portanto, dependendo de onde você mora, o risco de hepatite b

Poderia ser muito baixo, mas mesmo apesar disso, quais são as consequências de contração da hepatite b no recém-nascido

O período pode ser muito grave, então acontece que se um bebê contrair hepatite b antes de completar um anoDe idade, a chance de que eles desenvolvam hepatite crônica é de 90 e, em seguida, além da bonita

Consequências graves desta doença 25 se não for tratada morrerão de cirrose hepática ou fígado

Câncer e, portanto, é por causa dos riscos desta doença grave que é recomendado que todos

Bebês nos Estados Unidos recebem a vacina contra hepatite b nas primeiras 24 horas de vida

E a grande coisa sobre isso é desde que iniciou esta política no início da década de 1980

As taxas de hepatite b caíram em 90, é incrível agora que a suplementação de vitamina k foi

Algo sobre o qual realmente houve alguma discussão recentemente e há alguma variação

De recomendações com base em qual país você mora, mas novamente isso é muito baixo

Medida preventiva de risco que pode prevenir alguma doença muito grave em um recém-nascido

A vitamina k é algo que ajuda os fatores de coagulação no seu sangue a parar de sangrar o corpo humano

Não produz vitamina k, então dependemos de obter vitamina k de outras fontes como

Vegetais de folhas verdes brócolis ou bruxelas couve de bruxelas bebês também nascem com muito

Baixos níveis de vitamina k e, infelizmente, há apenas baixos níveis de vitamina k no leite materno

Agora há algo chamado sangramento por deficiência de vitamina k, que é um sangramento grave geralmente no

Intestino ou no cérebro que muitas vezes requer cirurgia emergente e pode ter consequências significativas

Como morte ou grandes atrasos no desenvolvimento, é importante notar que o maior risco disso

Sangramento é em bebês que são amamentados exclusivamente porque, como dissemos, o leite materno é

Muito baixo em vitamina k, na verdade quase não há relatos desse sangramento em bebês que são

Fórmula alimentada porque há muita vitamina k na fórmula, então há algumas evidências

Que um regime de suplementação oral pode ajudar a limitar o risco de sangramento grave, no entanto

Os dados nos mostram que não é tão bom quanto apenas tomar a injeção de vitamina k e então isso é

O que é recomendado nos Estados Unidos, sim, e essa suplementação oral está falando

Dando diretamente ao bebê pela via oral, em vez de dar uma injeção intramuscular

Há também alguns estudos que analisam o que acontece se complementarmos a mãe e dermos muita vitamina extra

K e isso demonstrou aumentar um pouco os níveis de vitamina k no leite materno

Mas esse efeito ainda não foi mostrado para ajudar a reduzir o risco desses graves significativos

Sangramentos deficientes em vitamina k têm agora, se você mora no Reino Unido ou no Canadá, há oral

Regimes de suplementação de vitamina k disponíveis para recém-nascidos algumas coisas importantes para

Saber sobre isso, no entanto, é que se você escolher a raiz de suplementação oral

Eles precisam ser redosados várias vezes para evitar sangramento tardio por deficiência de vitamina k também

Esses regimes, embora ajudem, não se mostraram tão eficazes quanto obter uma vitamina

K injeção e redução do risco de sangramento de deficiência de vitamina k conseguiu, então com isso um pouco rápido

Tipo de fatos que você deve saber sobre a suplementação de vitamina k é que não há

Versão oral de vitamina k disponível para bebês nos EUA que comprovadamente reduz os riscos de

Deficiência de vitamina k sangrando tão bem quanto a injeção, a injeção é na verdade mais facilmente absorvida pelo bebê

Do que a versão oral, sim, também receber uma injeção de vitamina k atrasou a liberação que ajuda a reduzir

O risco de sangramento tardio da deficiência de vitamina k e, portanto, quando você recebe essa injeção, a chance de obter

Que o sangramento de deficiência de vitamina k de início tardio é essencialmente zero, então para nós a decisão sobre

A injeção de vitamina k e a vacina contra hepatite b são muito fáceis e diretas, sim, então você tem

Tive a oportunidade de fazer algo que sabemos que é um risco muito, muito baixo para bebês, algo tem sido

Dado a milhões de bebês e pode prevenir algumas doenças bastante significativas, certo, você sabe

Hepatite b está prevenindo o que poderia ser doença hepática crônica e potencialmente cirrose hepática

Câncer de fígado que pode levar à morte também como com a suplementação de vitamina k isso

É algo que é uma dose de uma vitamina que usamos no hospital como medicação com frequência

Hum isso pode evitar alguns sangramentos cerebrais significativos ou sangramentos intestinais que, embora o risco para

O bebê é muito baixo, caso isso aconteça, eles podem ser potencialmente devastadores ou causar a morte, certo?

Então estou animado com o meu pequeno e doce bebê recém-nascido recebendo duas cutucadas nessas primeiras 24 horas não de

Claro que não, mas realmente de baixo risco, coisa de dor mínima para prevenir possíveis terríveis a longo prazo

As consequências valem a pena para nós, sim, e vamos falar sobre a pomada ocular de eritromicina a seguir

Hum e este é um lugar onde nossos riscos são significativamente diferentes e então vamos

Converse com nosso pediatra sobre o que eles acham e eu acho que há um bom

Chance de que talvez não usemos a pomada para os olhos, mas isso será com a orientação do nosso

Pediatra do bebê certo e se eles têm sentimentos super fortes que ei nós realmente pensamos

Você deveria colocar esse pouco de pomada para os olhos nos olhos da criança, tudo bem, é uma coisa de baixo risco e

Ótimo, procuraremos o conselho das pessoas que estão cuidando de nós e tomaremos a melhor decisão

Para a nossa família, como você deve outra medida preventiva durante o primeiro dia de vida daquele bebê

Está potencialmente colocando pomada antibiótica, muitas vezes eritromicina nos olhos do bebê

Para prevenir uma infecção que pode potencialmente levar a problemas de visão ou cegueira e assim isso

É uma infecção que a mãe pode ter e o bebê pode pegar essa infecção na saída no nascimento

Canal ou até mesmo pode ser passado de mãe para bebê no momento de uma cesariana e assim historicamente

Um em cada dez bebês teria uma infecção ocular ou conjuntivite neonatal às vezes chamada

Oftalmia neonatorum logo após o nascimento e desses bebês que receberam esta oftalmia neonatorum

Três por cento acabariam cegos desde aquela época, no entanto, ficamos muito melhores em evitar isso

Doença fazendo duas coisas, então uma era muito melhor na triagem das mães para sinais dessas infecções

Que poderia potencialmente passar o bebê dela e depois tratá-los adequadamente e, em seguida, o número dois é

Começamos a colocar pomada ocular antibiótica nos olhos de todos os bebês após o nascimento, como Kurt mencionou

Nosso sistema médico ficou muito melhor na prevenção da conjuntivite neonatal e muito

Isso tem a ver com fazer um trabalho melhor de triagem e tratar mães grávidas que têm

Esta infecção e isso faz parte do seu atendimento pré-natal de rotina, você é rastreado pela primeira vez

No primeiro trimestre com seus laboratórios do primeiro trimestre e, às vezes, é repetido novamente

No terceiro trimestre com o seu lapso do terceiro trimestre e assim como melhoramos na prevenção

Até mesmo essa infecção de estar disponível para o passado de um bebê, as recomendações sobre o tratamento de todos os bebês

Estão começando a mudar, então é importante saber que, tão recente quanto 2019, os Estados Unidos

A força-tarefa de serviços preventivos e a academia americana de médicos de família continuam a recomendar

Colocando pomada antibiótica nos olhos de todos os bebês logo após o nascimento para prevenir neonatal

Condutas e a potencial consequência da cegueira, no entanto, no ano anterior, em 2018

A academia americana de pediatria saiu com uma recomendação de que talvez pudéssemos

Fazer tratamento mais direcionado de bebês que estão em maior risco de contrair conjuntivite neonatal

E depois aconselhar todas as outras famílias sobre o que procurar em termos de sinais de neonatal

Conjuntivite com um tratamento rápido depois disso, então com isso também o pediátrico canadense

A sociedade não recomenda mais o tratamento de todos os bebês com mulheres com antibióticos após o nascimento

Então, com isso, converse com seu provedor sobre quais são seus fatores de risco, para quais são seus fatores de risco

Bebê, pode ser que seja um tratamento de risco muito baixo para apenas colocar um pouco de pomada nos olhos do bebê

Onde uma infecção no bebê pode ter consequências muito devastadoras de uma potencial cegueira

Hum, então tenha essa discussão com eles, pode ser algo que você precisa ou pode não ser algo

Você precisa com base em seus fatores de risco, então antes que este episódio dure mais, vamos

Encerre as coisas dizendo que há outros tipos de partes importantes do cuidado do recém-nascido durante aqueles primeiros

Alguns dias no hospital e depois nos primeiros dois dias depois de ir para casa que não tivemos

Uma chance de cobrir aqui, então se você é como eu e sente que não tem certeza do que é

Deveria estar fazendo quando você levar aquele bebê recém-nascido para casa, você pode conferir nosso episódio que nósVai ligar aqui que é tudo sobre cuidados básicos para recém-nascidos cuidando da nova circuncisão de um bebê

Assentos de carro, todos esses tipos de coisas, é um ótimo episódio, não deixe de conferir, sim

E certifique-se de se inscrever no nosso canal também, pois estamos nos preparando para conhecer nosso próprio bebê no

Nas próximas semanas, hum, vamos encontrar muitas informações ótimas à medida que nos preparamos

Hum por isso, tanto o trabalho de parto quanto cuidar de um bebê recém-nascido, sim, obrigado por estar aqui, tchau pessoal

Somos médicos, mas não seus médicos, nada do que dissemos neste vídeo é para educação ou

Apenas para fins de entretenimento, não é aconselhamento médico, qualquer pergunta médica específica que você tenha

Deve ser direcionado ao seu provedor, você precisa entregar o bebê quando for como

Quero dizer, eu deixo a enfermeira deter eles geralmente por 10 segundos, hein, foi não, foi apenas

Como se o residente ob estivesse apenas segurando este bebê como se o mostrasse para a família

Vamos levá-los, eu praticamente 10 de 10

Jogue o bebê na mãe e faça a avaliação ali mesmo

Links IA curso:
Importância do contato pele a pele com Bebê e da amamentação precoce

https://courseai.co/share/ThwBanDVzNpbr4CzFdUH

Sinais de Alerta no Pós-Parto

https://courseai.co/share/VRhVssxbjBbuwiJOJoMM

Sinais de Alerta no Recém Nascido na Semana Pós Parto :

https://courseai.co/share/2pRXbtx8rrZuqp7Qr5T4

Rede de Apoio para a mãe do bebê recém-nascido

https://courseai.co/share/Hktbh6Ol2375CAiXhYHm

Divisão de Tarefas entre Mãe e Pai com a Chegada do Bebê

https://courseai.co/share/xj22V2zbPQNIjXFxYAV6

Como criar afeto entre os pais e o bebê

https://courseai.co/share/gnTR0CQkftIV0uC65AR4